

Montageanleitung

Profiergometer 3000 Watt



Ausgabe: 01





Wichtig!

Vor der Inbetriebnahme des Gerätes machen sie sich mit allen in dieser gedruckten Anleitung erwähnten Anleitungen sowie den Sicherheitshinweisen vertraut.
Die Sicherheitshinweise sind strikt zu befolgen.
Die Anleitung sollte an einem sicheren Platz aufbewahrt werden.
Bei Weitergabe des Gerätes ist die Anleitungen beizulegen.

Der Anwendungsbereich dieses Trainingsgerätes ist der Heimbereich. Das Gerät ist nach den Anforderungen DIN 957-1, Klasse SA geprüft. Das Gerät ist nach dieser Norm für ein Körpergewicht von 150 kg Dauerbelastung geprüft worden. Bitte beachten Sie das zulässige Körpergewicht für Ihren Fahrradrahmen, welches meist unter den oben genannten 150kg liegt. **Wir empfehlen max. 120 kg.**

Das Gerät wurde auf folgenden Grundlagen begutachtet:
- EG Richtlinie allgemeine Produktsicherheit, GPS-directive 2001/95EC
- DIN EN 957, Teil 1: stationäre Trainingsgeräte in Anlehnung
- DIN EN 957, Teil 5: 2009 Fahrradergometer in Anlehnung

Dieses Trainingsgerät ist für Personen, welche einen Herzschrittmacher oder andere medizinische Implantate verwenden müssen, nicht geeignet!

Durch die Kombination aus Fahrrad und Ergometerelement entsteht das Risiko, dass nicht typische Belastungen auf den Fahrradrahmen wirken können die auch zu einer Überlastung des selben führen können und das fahrradspezifische Verletzungsrisiken, besonders für Kinder, auftreten können.

Die Wattanzeigegenauigkeit ist nur gegeben, wenn Sie ein Übersetzungsverhältnis auf Ihrem Fahrrad von 39/17 oder leichter wählen.



Hinweis
Macht Sie beim Lesen der Bedienungsanleitung auf wichtige Informationen und Hinweise aufmerksam



Achtung
Enthält wichtige Hinweise zur Vermeidung von Schäden am Gerät



Warnung
Macht Sie auf Sicherheitshinweise aufmerksam welche zu befolgen sind, um Personenschäden zu vermeiden



Folgende Hinweise sind unbedingt zu beachten und zu befolgen:

- Dieses Gerät ist ein drehzahlunabhängiges Trainingsgerät der Klasse SA, wenn ein Übersetzungsverhältnis von 39/17 oder weniger am Fahrrad gewählt wird.
- Das Gerät nicht in unkontrolliert zugänglichen Bereichen aufstellen.
- Hohe Temperaturen, Feuchtigkeit und Wasserspritzer sind zu vermeiden.
- Der Tretwiderstand ihres Gerätes kann über die Computertasten (+/-) reguliert werden.
- Der Tretwiderstand wird in Watt oder Stufen am Computer angezeigt.
- Vor Inbetriebnahme des Gerätes die Bedienungsanleitung genau durchlesen.
- Stellen Sie das Gerät auf einen festen und ebenen (waagerechten) Untergrund. Ein fester und sicherer Stand muss gewährleistet sein.
- Steigen Sie nicht auf Teile des Gerätes.
- Beachten Sie genügend Freiraum in jede Richtung des Gerätes. (ca. 1 m)
- Falsches und übermäßiges Training kann Ihre Gesundheit gefährden.
- Hebel und andere Einstellungsmechanismen des Gerätes dürfen während des Trainings den Bewegungsbereich nicht behindern.
- Regelmäßige Kontrolle des Gerätes auf Schäden und Verschleiß erhält das Sicherheitsniveau. Defekte Teile, z.B. Verbindungsteile, sind sofort auszutauschen. Das Gerät ist bis zur Instandsetzung nicht mehr zu benutzen.
- Schrauben und Muttern regelmäßig nachprüfen.
- Kinder sollten nur mit entsprechender geistiger und körperlicher Entwicklung am Gerät trainieren und auf die richtige Benutzung hingewiesen werden.
- Nicht geeignet für körperlich oder geistig behinderte Personen.
- Trainingsgeräte sind auf keinen Fall als Spielgeräte geeignet. Kinder nur unter Aufsicht trainieren lassen!
- Die Montage-, Bedienungs- und Trainingsanleitung wird auch zur Bestellung von Ersatzteilen benötigt.
- Es liegt in der Verantwortung des Besitzers, alle anderen Personen, die das Gerät benutzen, ausreichend über etwaige Gefahren zu informieren.
- Das Gerät darf nur in geschlossenen Räumen (nicht im Freien) benutzt werden.
- Benutzen sie eine Unterlegmatte, auf der Sie das Gerät aufstellen, um den Boden nicht zu beschädigen.
- Transportieren sie das Gerät nie alleine über Stiegen oder andere Hindernisse.
- Sollten Sie das Gerät demontieren wollen, gehen Sie in der umgekehrten Reihenfolge des in der Anleitung beschriebenen Zusammenbaus vor.
- Benutzen Sie das Gerät nur so, wie es in der Anleitung beschrieben ist.
- Auf keinen Fall die Augen während der Benutzung des Gerätes schließen.
- Das Gerät darf von Personen mit eingeschränkter Wahrnehmung nicht benutzt werden.
- **Es ist sicher zu stellen, dass unbeaufsichtigte Kinder vom Trainingsgerät ferngehalten werden.**

Stromversorgung

Bevor der Netzstecker an die Steckdose angeschlossen wird, muss die auf dem Adapter angegebene Netzspannung mit der örtlichen Netzspannung verglichen werden. Stimmen die Werte nicht überein, wenden Sie sich bitte an ihren Händler. Zur vollständigen Netztrennung ist der Netzstecker zu ziehen. Das Gerät deshalb nur an leicht zugängliche Steckdosen anschließen.

Verpackung

Umweltfreundliche, wiederverwertbare Materialien:
Außenverpackung aus Karton
Formteile aus geschäumten, FCKW-freiem Polystyrol (PS)
Folien und Beutel aus Polyäthylen (PE)
Spannbänder aus Polypropylen (PP)
Plastiktüten der Verpackung müssen von Kindern ferngehalten werden
Bitte achten Sie auf eine umweltgerechte Entsorgung der Verpackung nach lokalen Vorschriften!

Entsorgung

Entsorgung des Altgerätes: Beachten Sie die örtlichen Entsorgungsvorschriften. In Österreich fällt dieses Gerät unter die Elektroschrottverordnung und muss im Falle einer Entsorgung an einer der kommunalen Sammelstellen innerhalb von Österreich entsorgt bzw. abgegeben werden.



Für den Transport und die Montage des Ergometers empfehlen wir sich von einer zweiten Person helfen zu lassen.

Folgend wird beschrieben, wie sie den Ergometer am einfachsten entpacken:

1. Schritt: Stürzen Sie den Karton vorsichtig, sodass er aufrecht und mit der Unterseite zu Ihnen steht.

2. Schritt: Für diesen Schritt empfehlen wir Ihnen die Hilfe einer zweiten Person in Anspruch zu nehmen. Schneiden Sie das Verpackungsband auf der Unterseite des Kartons auf und klappen Sie die Flügel des Kartons seitlich weg. Im stehenden Zustand den Karton leicht kippen um die untere Lasche unter den Karton zu legen.



3. Schritt: Stellen Sie den Ergometer mit geöffneten Flügeln wieder in die Ausgangsposition (liegend) und ziehen dann den Karton an den Laschen nach oben weg.



4. Schritt: Lösen Sie die Klebestreifen und entfernen Sie den Styroporschutz und das Kartongerüst.





Stromkabel und Computersäule befinden sich seitlich an der Styroporverkleidung.

Packen Sie alle Einzelteile sorgfältig aus und legen Sie diese nebeneinander auf den Boden. Um ein Zerkratzen des Bodens zu vermeiden, benutzen Sie eine geeignete Unterlage.
Stellen Sie den Hauptrahmen auf eine flache Unterlage und achten Sie auf einen stabilen Stand.
Achten Sie darauf, dass Sie beim Zusammenbau in jede Richtung genügend Bewegungsfreiraum (mindestens 1,5 m) haben.

Bevor Sie mit der Montage beginnen, machen Sie sich nochmals mit allen abgebildeten Einzelteilen vertraut.



Lieferumfang:

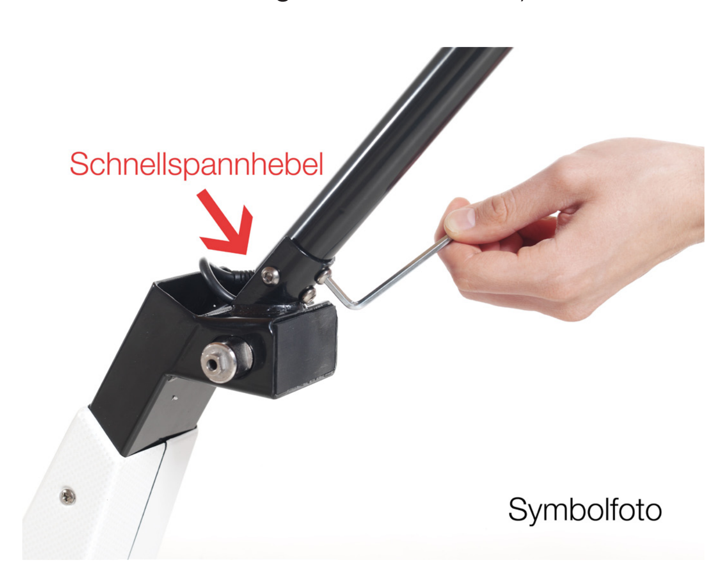
1. Ergometer
2. Stromkabel
3. Inbusschlüssel und 8 Schrauben (2 Ersatzschrauben)
4. Computersäule/Computerhalterung
5. Kabelabdeckung für die Computersäule/Computerhalterung
6. Computer



Der Ein/Aus (I/O) Schalter am Computer betrifft die Computer-Update-Funktion muss auf Aus (O) geschalten sein, wenn Sie den Computer nutzen möchten.

3. Montage der Computerhalterung

1. Schritt: Befestigen sie den unteren Teil der Säule mithilfe des beiliegenden Inbusschlüssels und den zwei Schrauben und dem vormontierten Schnellspannhebel. (Achten Sie bitte darauf, dass die Kabel nicht eingeklemmt werden)



2. Schritt: Nachdem die Säule befestigt ist, verbinden Sie das Kabel der Säule mit dem Kabel des Gehäuses, verstauen das Kabel im Gehäuse und geben anschließend die Plastikabdeckung darüber.



Achten Sie darauf, dass die Computersäule gerade ausgerichtet ist. Ist dies nicht der Fall öffnen Sie die Schraubverbindung, richten die Säule gerade aus und ziehen Sie die Schraubverbindung wieder fest



3. Schritt: Mit Hilfe der zwei Schnellspanner (rote Pfeile), welche sich seitlich an der Säule befinden, kann der Winkel der Säule verändern werden. Somit kann die Säule an ihr Rad angepasst werden, um Ihnen zu jeder Zeit eine Übersicht über die aktuellen Informationen des Computers zu gewährleisten.



4. Montage des Computers

1. Schritt: Verbinden Sie zunächst das Kabel der Säule mit dem Gegenstück des Kabels auf der Rückseite des Computers.



Pfeil auf Pfeil:
Versichern Sie sich, dass die Steckverbindung fest sitzt, da sonst eine fehler lose Datenübertragung nicht gewährleistet werden kann.

2. Schritt: Legen Sie den Computer auf die Halterung

3. Schritt: Schrauben sie den Computer von hinten mit Hilfe von 4 Schrauben und dem Inbusschlüssel fest.



Richten Sie die Lenksäule und den Computer gerade aus.



1. Schritt: Montage einer Fahrradkassette (nicht im Lieferumfang enthalten)

Fixieren Sie die Fahrradkassette (jede handelsübliche Fahrradkassette verwendbar) mit dem vom Hersteller vorgeschriebenen Werkzeug und Drehmoment. (Werkzeug nicht im Lieferumfang enthalten)

Auf Anfrage liefert Airstreeem auch gerne einen Campagnolo Freilaufktörper.



2. Schritt: Montage der Schnellspannhebel
Montieren Sie handelsübliche Schnellspannhebel und schließen Sie diese. (nicht im Lieferumfang)



Wir empfehlen keine Leichtbau-Schnellspanner zu verwenden, sondern nur auf stabile Edelstahlschnellspannhebel einzusetzen.



3. Schritt: Einspannen des Fahrrads

1. Spannen Sie ihr Rad in den Ergometer, genau so wie sie es in ein Laufrad einspannen würden. Beginnen Sie dabei mit dem Hinterbau.



2. Anschließend öffnen sie den Feststellhebel am unteren Teil des Ergometers und passen die Länge des Ergometers an Ihr Fahrrad an. Ziehen Sie dabei nach dem Öffnen des Hebels, diesen leicht nach oben, um die Schiene leichter verstellen zu können.
Richten Sie das Vorderteil des Hauptrahmens so aus, damit Ihr Fahrradrahmen ohne nach links oder rechts gedrückt zu werden in die Gabelaufnahme passt.

3. Winkel der Gabelaufnahme einstellen.
Mit Hilfe einer Gabelzange oder jeder beliebigen Zange, kann der Winkel der Gabelaufnahme verändert werden.



Um die Wattgenauigkeit zu gewährleisten wählen Sie eine Übersetzung von 39/17 oder leichter.

Danach setzen Sie ihr Rad vorne in den Schnellspanner ein und ziehen diesen fest.

Um die Messung der Umdrehungen pro Minute (RPM) zu ermöglichen, führen die den Sensor durch den Kanal des Klettverschlusses und fixieren Sie das Velcro am Hinterbau des Fahrradrahmens.

Der Sensor muss **2-4 mm von der Kurbel** entfernt positioniert werden und unbedingt außerhalb des Fahrradhinterbaus.



Der Sensor arbeitet nur mit Metallkurbeln. An Carbonkurbeln bringen Sie einen Tachomagneten an, da ansonsten die Trittfrequenz nicht abgenommen werden kann.

Danach ist der Profiergometer3000 fertig montiert und sollte wie folgt aussehen.



Stromversorgung & Endkontrolle

Stecken Sie das Ende des Netzkabels in die Einsteckbuchse auf der Rückseite des Gerätes. Stecken Sie den Stecker in eine Steckdose. Endkontrolle.



Das Gerät sollte nach jedem Gebrauch wieder vom Stromnetz getrennt werden.

Kontrollieren Sie nochmals den festen Sitz und den ordnungsgemäßen Zustand aller Verbindungen.
Damit ist das Gerät zusammengebaut und für den Einsatz bereit.



Bevor Sie mit dem Training beginnen, lesen und befolgen Sie die auf Seite 3 beschriebenen Sicherheitshinweise und die Trainingshinweise auf den Seite 13.

Beachten und befolgen Sie ausnahmslos alle im Kapitel Sicherheitshinweise aufgeführten Punkte!

Transport

Bevor sie das Gerät bewegen, versichern Sie sich, dass Sie das Gerät ordnungsgemäß vom Stromnetz getrennt haben und das Adapterkabel ordnungsgemäß aufgerollt oder abgenommen haben.



Fassen Sie das Gerät am hinteren Ende und



kippen Sie es soweit, bis es mit Hilfe der Rollen bewegt werden kann. Achten Sie darauf, dass Sie den Ergometer nur auf einem ebenen Untergrund bewegen.
Gehen Sie bei Abbau des Geräts in umgekehrter Reihenfolge vor.



Rollen Sie das Gerät auf Holzböden besonders vorsichtig um den Boden mit den Rollen nicht zu beschädigen.

Trainingshinweise

Allgemein
Grundsätzlich kann jeder gesunde Mensch mit einem Fitnesstraining beginnen. Bedenken Sie aber, dass sich lange Versäumnisse nicht in kurzer Zeit beseitigen lassen. Körperliche Fitness, Ausdauer und Wohlbefinden lassen sich durch ein entsprechendes Übungsprogramm leicht erreichen.

Ihre Kondition verbessert sich bereits nach relativ kurzem, regelmäßigen Training und hält damit auch Herz, Kreislauf und den Bewegungsapparat in Schwung. Ebenso wird die Sauerstoff-Aufnahmefähigkeit verbessert und Ihre Beinmuskulatur trainiert.

Weitere positive Veränderungen finden im Stoffwechselsystem statt. Wichtig ist, das Training dem eigenen Körper anzupassen und sich nicht zu überfordern.

Trainingsplanung
Der Profiergometer ermöglicht Ihnen den Trainingsverlauf selbst zu bestimmen und steuern. Dadurch kann das Trainingspensum kontinuierlich gesteigert werden und somit dem Leistungsvermögen angepasst werden.

Ausschlaggebend ist Ihre aktuelle körperliche Leistungsfähigkeit. Die Belastungsintensität kann über die Herzfrequenz kontrolliert werden, besprechen Sie diese vorab mit Ihrem Arzt.

Bei einem Training an zwei Tagen pro Woche wird das Konditionsniveau gehalten. Um die Fitness zu steigern, muss mindestens 3-mal pro Woche trainiert werden.

Sicherheitshinweise
Kontaktieren Sie bitte unbedingt Ihren Hausarzt oder Facharzt, wenn Sie an einer der nachstehenden Krankheiten leiden.

- Herzleiden
- Diabetes
- Atmungserkrankungen (Asthma, Bronchitis)
- Rheuma
- Gicht

Außerdem sollten Sie keinesfalls trainieren, wenn Sie sich schwach oder krank fühlen.

Pflege & Wartung

Grundsätzlich bedarf das Gerät keiner speziellen Wartung.
Kontrollieren Sie trotzdem regelmäßig alle Geräteteile und den festen Sitz aller Schrauben und Verbindungen.
Tauschen Sie defekte Teile über unseren Kundendienst sofort aus – das Gerät darf dann bis zur Instandsetzung nicht verwendet werden.

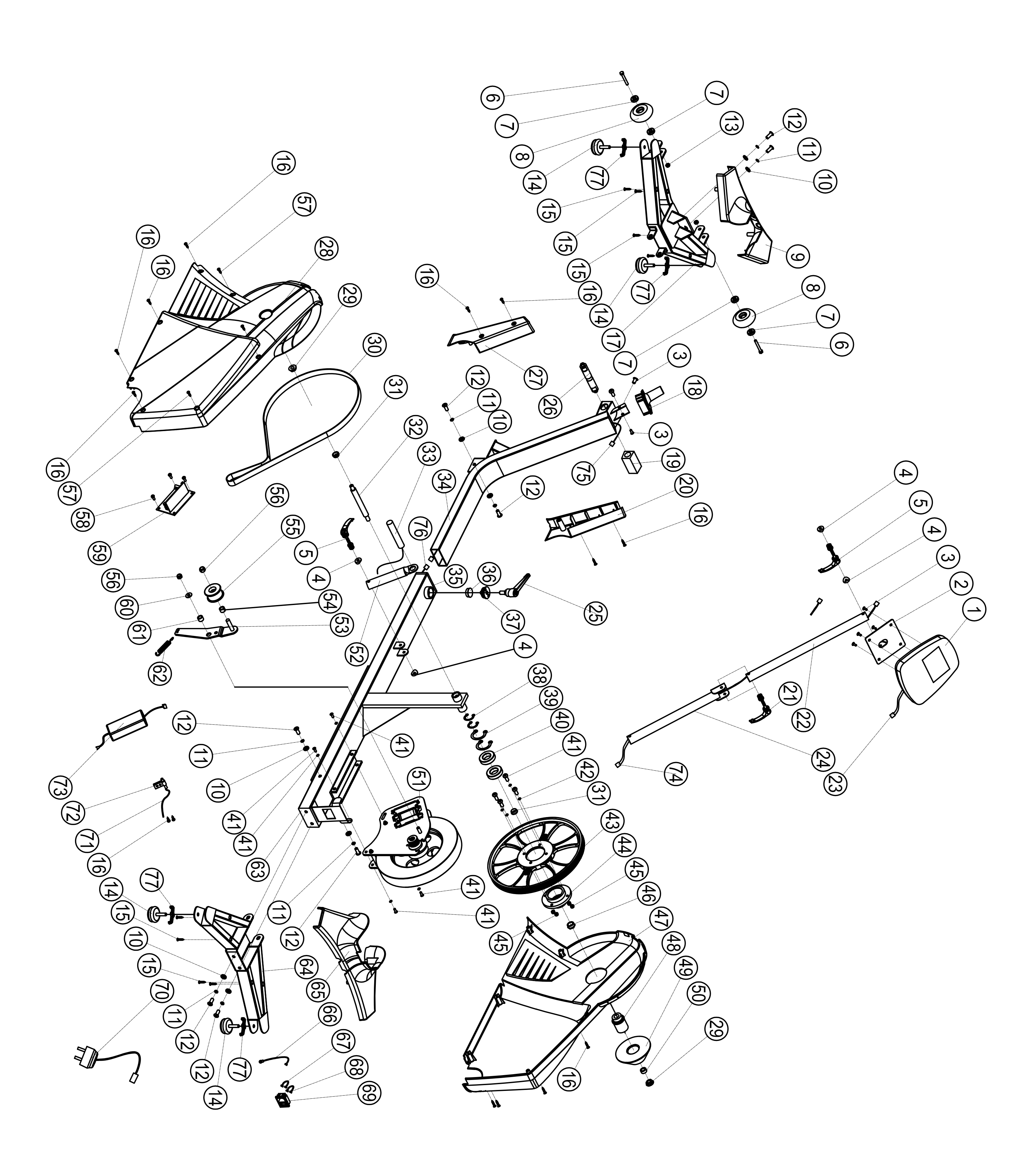
Zur Reinigung nur ein feuchtes Tuch ohne scharfe Reinigungsmittel verwenden.
Achten Sie darauf, dass keine Flüssigkeit in den Computer eindringt.



Warnung! Systeme der Herzfrequenzüberwachung können ungenau sein. Übermäßiges Trainieren kann zu ernsthaftem gesundheitlichem Schaden oder zum Tod führen. Bei Schwindel-/Schwächegefühl sofort das Training beenden



Die Benutzung des Profiergometers erfolgt auf eigene Gefahr. Für Schäden am Fahrrad und daraus resultierende Unfälle wird nicht gehaftet.



Nr.	Bezeichnung	Anzahl
1	Computer	1
2	Montageplatte Computer	1
3	Schraube	11
4	Rohrbeilagscheibe	4
5	Schnellspannset	2
6	Sechskantschraube	2
7	Lagerbuchse	4
8	Transportrolle	2
9	Standfuß, vorne	1
10	Unterlegscheibe	12
11	Federring	12
12	Sechskantschraube	12
13	Buchse	3
14	Standfuß-Stellschraube	4
15	Kreuzschlitzschraube	8
16	Kreuzschlitzschraube	15
17	Standfuß, vorne	1
18	Endkappe Hauptrahmen, vorne	1
19	Gummiblock	1
20	Frontstützenabdeckung, rechts	1
21	Schnellspanner	1
22	Rohr Computerbefestigung, oben	1
23	Computerkabel	1
24	Rohr Computerbefestigung, unten	1
25	Schnellverstellschraube Hauptrahmen	1
26	Vorderradachse	1
27	Frontstützenabdeckung, links	1
28	Gerätegehäuse, linke Seite	1
29	Sechskantmutter	2
30	Keilriemen	1
31	Flanschhülse	2
32	Hinterradachse	1
33	Trittfrequenzsensor	1
34	Hauptrahmen, vorderer Teil	1
35	Schnellverstellschraubengewinde	1
36	Schnellverstellschraube Bauteil 1	1
37	Schnellverstellschraube Bauteil 2	1
38	Federring für Achse	2
39	Federring	2
40	Kugellager	2
41	Sechskantschraube	10
42	Unterlegscheibe	8
43	Keilriemen-Führungsrad	1
44	Freilaufaufnahme	1
45	Abstandhülse	1
46	Stahlbuchse	1
47	Gerätegehäuse, rechte Seite	1
48	Freilaufkörper	1
49	Zahnkranz (nicht im Lieferumfang)	1
50	Beilagscheibe	1
51	Schwungrad mit Magnetbremse	1
52	Trittfrequenzsensor-Halterung	1
53	Riemenspanner	1
54	Kugellager	2
55	Federring	2
56	Unterlegscheibe	1
57	Kreuzschlitzschraube	4
58	Flachkopfschraube	10
59	Steuerungsplatine	1
60	Flachkopfschraube	1
61	Unterlegscheibe	3
62	Feder Rimenspannung	1
63	Hauptrahmen, hinterer Teil	1
64	Standfuß, hinten	1
65	Standfußabdeckung, hinten	1
66	Kabelverbindung	1
67	Kabelverbindung	1
68	Stromkabel	1
69	Netzbuchse	1
70	Netzkabel	1
71	Geschwindigkeitssensor	1
72	Halterung Geschwindigkeitssensor	1
73	Netzgerät	1
74	Computerkabel, vorderer Teil	1
75	Computerkabel, mittlerer Teil	1
76	Computerkabel, hinterer Teil	1
77	Feststellhebel Standfuß	4
78	Kreuzschlitzschraube	2
79	Kreuzschlitzschraube	4
80	Sechskantschraube	4
81	Beilagscheibe	1

Die Garantiezeit beträgt 24 Monate und beginnt mit dem Tag des Kaufs. Bitte bewahren Sie den Kassenbon als Nachweis für den Kauf auf.

Es gelten folgende **Garantiebestimmungen**:

Der Hersteller garantiert die kostenfreie Behebung von Mängeln, die auf Material- oder Fabrikationsfehler zurückzuführen sind. Bei Feststellung eines Mangels sind Sie verpflichtet, diesen unverzüglich schriftlich an **Ihren Fachhändler** zu melden**.**

Reklamationen direkt an Airstreeem können aus organisatorischen Gründen nicht bearbeitet werden.

Schäden infolge unsachgemäßer Handhabung, Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung, unsachgemäßer Montage, unzureichender Pflege, falschem Transport, Gewaltanwendung oder normaler Abnutzung fallen nicht unter diese Garantie. Eine Garantiepflicht wird ebenfalls nicht ausgelöst durch geringfügige Abweichungen von der Soll-Beschaffenheit, die für Wert und Gebrauchstauglichkeit des Gerätes unerheblich sind. Verschleißteile sind aus der Garantie- und Gewährleistung ausgeschlossen.

Dies betrifft folgende Teile des Produkts: Keilriemen, Lagerungen, Verstellmechanismen Hebel und Watteichung.

Der Hersteller haftet nicht für ursächliche Schäden oder Folgeschäden jedweder Art, es sei denn, dass eine derartige Haftungsbegrenzung vom Gesetzgeber ausdrücklich untersagt ist. Es steht im Ermessen des Herstellers, die Garantie durch Ersatzteilversand, Reparatur oder Ersatzlieferung zuerfüllen. Der Hersteller kann im Falle einer kostenlosen Ersatzlieferung eine angemessene Nutzungsanrechnung für die bisherige Nutzungszeit geltend machen.

Die Garantieleistungen bewirken weder eine Verlängerung der Garantiefrist, noch setzen Sie eine neue Garantiefrist in Lauf. Die Garantiefrist für eingebaute Ersatzteile endet mit der Garantiefrist für das ganze Gerät. Weitergehende Ansprüche bestehen nicht. Bei nicht berechtigter Garantieeinsendung wird die Rücksendung unfrei vorgenommen.

Bei Ersatzlieferung wird Ihnen ein verpacktes Gerät zugestellt, ein Anspruch auf eine Gerätemontage besteht nicht.

Bitte beachten Sie, dass im Falle einer **Rücksendung** nur das komplette Gerät (es dürfen keine Teile aus dem Verpackungs-Lieferumfang fehlen) an den Spediteurübergeben werden kann.

Um die Ware im Falle einer **Reparatur oder Retoursendung** ausreichend zu schützen ist die Originalverpackung für die Dauer der Garantiezeit aufzubewahren.
Garantieansprüche bestehen nicht im Falle einer kommerziellen Verwendung bzw. Nutzung des Gerätes (z.B. im Fitnesscenter,Hotel, …) unbeschadet dessen, ob es sich bei dem Käufer um einen Verbraucher oder Unternehmer im Sinne des BGB handelt.

Weiters ist eine **Übertragung dieser Garantierechte** auf Dritte zu unseren Lasten ausgeschlossen.
Bitte kontaktieren Sie in jedem Fall unbedingt vorab Airstreeem oder Ihren Händler.

Nach Ablauf der Garantiezeit haben Sie ebenfalls die Möglichkeit,das defekte Gerät durch die unten angegebene Adresse reparieren zu lassen. Anfallende Reparaturen nach Ablauf der Garantiezeit inklusive dem Versand sind kostenpflichtig. Ihre gesetzlichen Rechte werden durch diese Garantie nichteingeschränkt.

Airstreeem.com GmbH
Salzburgerstraße 25
5102 Anthering I Austria

Mail: office@airstreeem.com
Web: www.airstreeem.com

Bei etwaiger Rückgabe des Gerätes eine ausgefüllte Garantiekarte sowie den Kassenbon beilegen!



For more information visit
www.airstreeem.com
friend us on facebook
and

Join the team!


AIRSTREEEM.COM